

Ski de Rando

Programme 2020-2021

Présentation générale

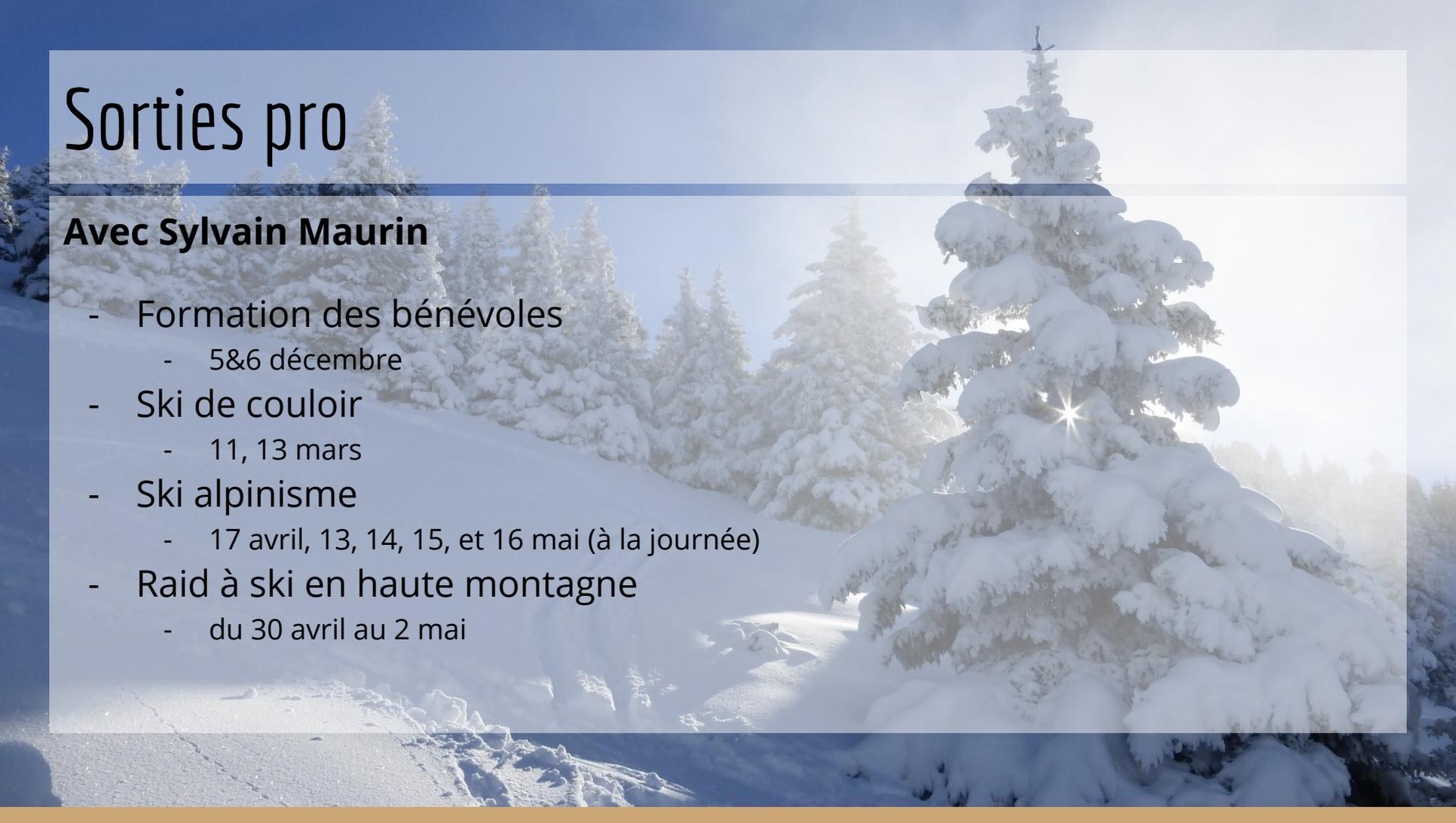
But : amener vers l'autonomie

- Sorties pros
 - formation des bénévoles encadrants
 - ski alpinisme
 - pente raide
 - randonnées glaciaire
- Sorties bénévoles
 - Débutants
 - Intermédiaires

Sorties pro

Avec Sylvain Maurin

- Formation des bénévoles
 - 5&6 décembre
- Ski de couloir
 - 11, 13 mars
- Ski alpinisme
 - 17 avril, 13, 14, 15, et 16 mai (à la journée)
- Raid à ski en haute montagne
 - du 30 avril au 2 mai



Sorties Bénévoles

Encadrées par des bénévoles validés par Sylvain Maurin

- 1 encadrant pour 3 participants max
- 10 pers/sortie max
- Contrainte covid : 6 pers/sortie max

- Niveaux
 - Débutants (piste bleue/rouge suivant la course et/ou peu D+)
 - Intermédiaires (piste noire/hors piste et/ou beaucoup D+)
 - Niveau annoncé avant la sortie par mail

Formation

avec Guillaume

Carto

- lecture de carte,
- utilisation du GPS, boussole, ...
- course d'orientation

Reporté à une date ultérieure

Nivologie et avalanche

- nivologie
- risque d'avalanche
- préparation d'une course hivernale

après le confinement...

Vers l'autonomie

A photograph of a snowy winter landscape. In the foreground, a snow-covered slope leads up towards a line of evergreen trees. The trees are heavily laden with snow, and the sky is bright, suggesting a sunny day. The overall scene is peaceful and serene.

Une fois à l'aise :

- Implication dans les sorties bénévoles
 - choix itinéraires
 - check des conditions météo et nivo
 - choix horaires
 - gestion de la sortie

~ co-encadrement

But : prendre confiance dans ses choix pour mener des sorties

WE & raid



Raid avec Sylvain M

- WE fondue
- Bivouac/igloo
- Thabor
- Traversée de Belledonne
- Ecrins

- Queyras
- Dolomites
- Vanoise
- Mercantour
- Vallée blanche

Entre autonomes :

- traversée héroïque

Gros projets

6 pers/groupe

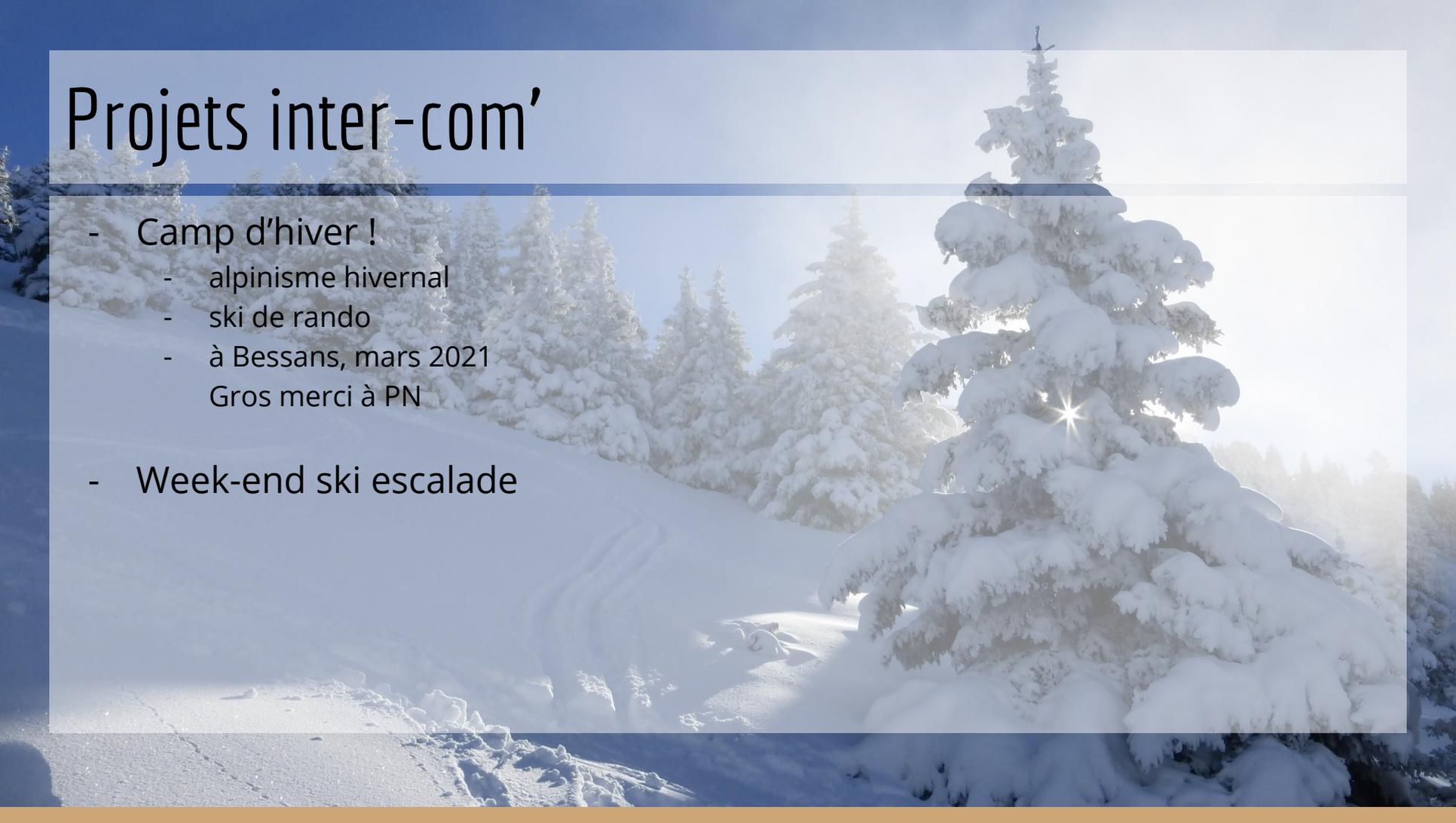
homogène et autonome

bon niveau à ski exigé

- Ecrins en cabane non gardée/autonomie
- Chamonix Zermatt
- Traversée des Pyrénées
- Objectif Alpes Lyngen 2022

Projets inter-com'

- Camp d'hiver !
 - alpinisme hivernal
 - ski de rando
 - à Bessans, mars 2021Gros merci à PN
- Week-end ski escalade



Merci

Si vous avez des idées/envies/questions

📧 responsable.skirando@gucem.fr

Si vous voulez encadrer

➤ inscription formation le 5 ou le 6 décembre avec Sylvain Maurin

Si vous voulez progresser vers l'autonomie

📧 responsable.skirando@gucem.fr pour être co-encadrant